

기혼중년남성이 지각한 회복탄력성 및 은퇴태도가 의미있는 삶에 미치는 영향

The Effect of Resilience and Retirement Attitudes Perceived by Middle-aged Married Men on a Meaningful Life

오윤자(Yoonja Oh)*, 윤시내(Sinae Yoon), 오은지(Eunji Oh)

Department of Child & Family Studies, Kyung Hee University

<Abstract>

The purpose of this study is to investigate the effects of resilience and retirement attitudes perceived by middle-aged married men on a meaningful life, and provide basic data based on empirical research for reexamining meaningful lives of middle-aged married men. For the study, a survey was conducted with middle-aged men aged between 40 and 60 who were married with children and employed and live in Seoul or Gyeonggido. A total of 476 copies of data were analyzed. For the analysis, SPSS 20.0 was used to perform frequency analysis, descriptive statistics, t-test, and one-way ANOVA, and the Duncan multiple range test and multiple regression analysis were performed. The result was as follows: First, Levels of resilience, retirement attitudes and meaningful life were moderate. Second, middle-aged married men had significant differences according to education, job, religion, Monthly family income, Wife's employment, marital status and Subjective health condition on meaningful life. third, middle-aged married men had an impact on resilience and retirement attitude on a meaningful life. In particular, the Affirmation of the resilience of the sub-region and the Transition to Old Age part of the retirement attitudes were significantly affected. Therefore, it is necessary to consider enough family support and social support for middle aged men.

▲주제어(Key words) : 회복탄력성(resilience), 은퇴태도(retirement), 의미있는 삶(meaningful life), 기혼중년남성(middle-aged married men)

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

2015년 한국의 사회지표에 나타난 65세 이상의 고령인구 비율은 13.1%로서 2030년에는 본격적인 초고령 사회에 도달할 것으로 전망하고 있다. 현재 국민평균연령은 40.8세이며 25년 후인 2040년에는 52.6세가 될 것이라고 전망함으로써(Statistical Office, 2015) 인구 고령화 현상

이 빠른 속도로 진행되고 있는 것을 알 수 있다. 이러한 고령화 현상으로 중년기가 길어짐에 따라 이 기간에 보다 건강하고 질 높은 삶을 살고자 하는 욕구가 증가하고 있다(J. Choi, K. Kwak, & S. Chun, 2012).

우리나라의 기혼중년남성은 산업화 시대를 거쳐 민주화를 이끌었던 역동적인 세대로 급속한 사회적 변화를 겪어 온 세대에 해당하기도 한다. 기혼중년남성은 40-50세부터 신체적으로 서서히 남성호르몬의 감소로 인한 성욕 감퇴,

* 본 논문은 2016년도 한국가정관리학회 춘계학술대회에서 포스터 발표한 논문을 수정·보완한 것임

* Corresponding Author : Yoonja Oh, Department of Child & Family Studies, Kyung Hee University, 26, Kyungheedaero, Dongdaemun-gu, Seoul 02447, Korea, tel: +82-2-961-0522, E-mail: yoonja@khu.ac.kr

만성피로, 근력 감소, 체지방 증가 등이 나타나고 우울증, 인지기능 저하 및 기억력 감퇴 등의 갱년기 증상을 경험하게 된다. 심리적으로는 여성의 사회적 지위향상과 이혼을 증가에 따라서 남성 지위의 상대적인 위축을 느끼고 사회적 목표의 상실감, 경제체제에서의 불안함이나 패배감을 느낄 수 있다. 또한 경제적으로는 노부모와 자녀의 부양, 직장에서의 갈등으로 인한 스트레스, 노후준비에 대한 부담을 가질 수 있다. 건강보험평가심사원(2014)은 신체적 질환의 영향이나 가정적, 사회적인 막중한 책임감으로 인해 40-59세 중장년 남성의 우울증 환자가 급증하고 있다고 하였다. 중년남성은 우울감이 클수록 삶에 대한 만족도가 낮아지며(J. Lee, G. Kim, & S. Oh, 2003) 이로 인하여 자살까지 이어질 수 있는바, Statistical Office (2014)에 의하면 자살은 중년층의 사망원인 2위로서 남성 중 40대 자살자 수는 46.6명, 50대 자살자 수는 55.2명으로 같은 연령대 여성 자살자의 약 3배 정도로 나타났다. 이러한 기혼중년남성이 신체·심리적으로 건강한 삶을 유지하기 위해서는 위기와 문제에 대처하는 회복탄력성을 가지며 수명연장에 따른 은퇴준비를 함으로서 긍정적인 삶의 의미와 가치를 높이는 것이라고 할 수 있다. J. Pease(2012)는 의미있는 삶을 자신의 긍정적 인식과 자아반성, 배려를 통한 진정한 삶이라고 하였고, 주체성을 가지고 삶의 목표를 추구하며 대인관계에서 행복을 느낄 때 의미있는 삶으로 인식한다고 밝히고 있다(J. Kok, L. Goh, & C. Gan, 2014). 따라서 기혼중년남성은 의미있는 삶을 위하여 가정이나 직장에서 자신들의 특성을 이해받고 스스로 자신의 역할을 수행함으로써 일상생활 속에서 긍정성을 가지고 노년기를 준비할 수 있도록 하며, 자살 등의 극단적인 방법을 선택하지 않도록 할 적극적인 개입과 관리가 필요한 대상이기도 하다(T. Ha, 2012). 이렇듯 기혼중년남성 대상 연구가 사회 제도적으로나 학문적으로 요구되고 있음에도 아직 미흡한 실정이다.

중년에 대한 관심을 살펴보면, 중년기는 갈등으로 가득찬 위기의 시기인 반면 새로운 선택으로 도전하는 것이 가능하고 생활의 안정감으로 행복을 느끼는 시기로서 인생의 황금기라고 재명명 되고 있다. 최근 사용하고 있는 꽃중년(꽃든 파파)은 과거에 권위적이고 외모에는 관심이 없던 중년남성들이 자신을 가꾸는 것 뿐 아니라 개인적인 기호, 라이프스타일을 즐기는데 아낌없이 투자하는 사람들이란 의미로 파생된 신조어이다(N. Yoon, E. Yang, & Y. Jin, 2012). 이러한 변화와 함께 기혼중년남성은 자신만의 가치관을 정립하여 뚜렷한 개성을 가지며 자기 개발 및 여가활동에 대한 관심이 높아졌다. 그러므로 기혼중년남성에 있어서 회복탄력성은 자신의 삶에 대하여 능동적이며 자신감을 갖는 태

도를 유지하게 하고(J. Kim, 2012), 자기효능감을 통해 자신의 삶에 긍정적인 영향을 준다고 하였다(E. Werner & R. Smith, 1982). 중년여성을 대상으로 회복탄력성과 삶의 질과의 관계를 본 K. Yang(2015)의 연구에서 교육수준, 건강상태, 경제상태, 직업에 따라 건강관련 삶의 질에 차이가 나타났고 노인을 대상으로 한 S. Choi(2015) 연구에서도 회복탄력성은 삶의 질과 유의미한 상관관계임을 알 수 있었다. 따라서 회복탄력성은 기혼중년남성이 자신감을 가지고 적극적으로 살아가게 하는 중요한 요인으로 볼 수 있다.

또한 수명연장으로 인하여 중년기에는 사회적 역할과 심리적 정체성을 확립하여 남은 생애에서 새로운 삶의 의미와 동기를 부여할 수 있는 능동적이고 긍정적인 은퇴태도를 갖는 것이 중요하며(E. Jeong & E. Baek, 2009), 은퇴에 대한 태도가 긍정적일수록 은퇴준비에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 알 수 있다(S. Joo & V. W. Pauwels, 2002). 기혼중년남성은 새로운 발달단계로 전이기에 위치하므로 원만하게 적응할 수 있는 새로운 정체감을 확립하여 제2의 삶을 의미있게 인식할 수 있도록 준비해야 한다. 중년을 대상으로 은퇴태도를 연구한 J. Bae(2014)는 월소득이 많고 건강상태가 좋을수록 은퇴에 대하여 긍정적인 것으로 지적하였고, 은퇴태도가 삶의 질에 유의미한 영향을 미치는 것으로 언급하였다(R. Hong & W. Lim, 2014).

선행연구를 통해 기혼중년남성에게 연령, 학력, 월소득, 주관적 건강상태, 직업, 종교, 결혼상태 등의 인구사회학적 특성이 유의한 영향을 미친다는 것을 알 수 있다(S. Han, 2015; J. Park, 2008; K. Park, 2004). 또한 기혼중년남성에게 회복탄력성과 은퇴태도는 중년기의 삶의 질과 의미에 영향을 미치는 중요한 요인임을 알 수 있고 이러한 결과는 기혼중년남성의 의미있는 삶에 미치는 영향에 대한 연구의 필요성을 시사하고 있다.

따라서 본 연구의 목적은 인구사회학적 특성에 따라 기혼중년남성이 지각한 회복탄력성, 은퇴태도, 의미있는 삶을 파악하고, 회복탄력성 및 은퇴태도가 의미있는 삶에 미치는 영향을 살펴보는 데에 두고 있다. 이를 통하여 기혼중년남성의 삶에 대한 의미있는 삶을 조명하는데 실증적 연구의 기초자료로 제공될 것으로 기대된다. 이와 같은 연구목적에 위하여 연구문제를 다음과 같이 설정하였다.

연구문제 1. 기혼중년남성이 지각한 인구사회학적 특성(연령, 학력, 직업, 종교, 월소득, 배우자취업, 결혼상태, 주관적 건강상태), 회복탄력성(자기조절력, 대인관계능력, 긍정성), 은퇴태도(휴식으로 전환, 새로운 출발, 계속, 강요된 좌절) 및 의미있는 삶(공동체의식/나눔, 종교, 가족관계/역할, 자아실

현)의 전반적인 경향은 어떠한가?

연구문제 2. 인구사회학적 특성에 따라 기혼중년남성이 지각한 회복탄력성, 은퇴태도와 의미있는 삶의 차이는 어떠한가?

연구문제 3. 기혼중년남성이 지각한 인구사회학적 특성, 회복탄력성 및 은퇴태도가 의미있는 삶에 미치는 상대적인 영향력은 어떠한가?

II. 선행연구고찰

1. 기혼중년남성

삶의 질이 높아지고 기대수명이 연장되면서 중년 및 노년기의 장기화는 은퇴이후의 보다 건강하고 의미있는 삶에 대한 관심이 부상하고 있다.

중년기는 가정의 안정과 사회 각 분야에서 중추를 이루는 인생의 전성기로서 매우 중요한 의미를 지니는 발달단계이다(E. Lee, 2007). 특히 기혼중년남성은 독립성, 냉철함, 능력, 힘, 책임감, 관대함 등으로 표현되던 전형적인 남성성, 사회적인 성역할에서 부여된 가부장제와 이에 따른 힘의 질서가 변화하는 현실과의 충돌을 경험하면서 내면화된 기득권의 포기, 경쟁과 성공의 신화에서 벗어나 대안적인 성공적 이미지 수립이 강요되고 있는 실정이다(E. Park, 2014). 기혼중년남성은 공격적인 야망은 줄어들고 유친성이 증가되면서 대인관계에 더 큰 관심을 기울이기 시작하여 부인과의 동료감, 자녀와의 친밀한 관계, 후배에 대한 지도자관계 등을 중요시하게 된다(J. Yoon, 1995). 중년남성을 대상의 연구에서 자신의 건강상태가 좋지 않다고 지각하는 경우 심리적 스트레스, 생활 스트레스, 건강관련 스트레스 수준이 상대적으로 높아졌다(S. Kim, 2001; Y. Kim, J. Kim, & J. Park, 2001). 즉, 스트레스로 상실, 우울, 불만 등이 발생하고 이로 인하여 심리적 갈등과 방황을 경험하게 한다는 것이다(M. Kim, 1989).

한편, 중년기 삶의 질이나 의미에 관한 국내연구는 남성보다는 여성대상으로 프로그램(K. Jo, 2012; M. Lee, 2016), 상담(J. Ha & J. Kim, 2012), 우울(J. Kim, 2007; S. Yu, 2011), 봉사(S. Lee, 2011; K. Nam, 2005) 등 다양하게 전개되어 왔다. 반면, 중년남성에 대한 연구는 중년기 위기감(J. Park, 2008), 우울(S. Han, 2015), 정신건강(K. Park, 2004), 신학적 측면(C. Shin, 2010)에서 이루어지고 있으나 매우 부족한 실정임을 알 수 있다. 기혼중년남성은 그동안 살아온 인생을 중간 정리하면서 인생의

후반 내지 은퇴 이후를 새롭게 시작할 수 있도록 삶을 재확립하고 결정적 시기로서 위기를 건강하게 극복하는 긍정적인 기제를 마련할 수 있어야 할 것이다. 다시 말해서 중년기 남성이 발달적으로 충분한 기능을 하며 행복하게 사는 것은 개인적으로는 삶의 질을 높이고 가족적으로는 안정적인 삶을 영위하여 사회적으로는 긍정적인 영향을 미치는 매우 중요한 일이다(E. Bang, 2010).

본 연구에서는 기혼중년남성을 일반적으로 청년기와 노년기의 중간시기로 중년기를 정의하고, 보편적 생활연령 기준(K. Choi, 2006; M. Kim, 1989; D. Levinson, 1978)에 따라 40~60세까지를 기혼중년남성으로 정의하고자 한다. 또한 중년 대상의 연구(Y. Kang, 2016; K. Park, 2004; C. Ross, S. Mirow, & J. Huber, 1983)에 있어서 연령, 학력, 종교, 직업, 배우자의 취업, 주관적 경제수준 등이 관계있는 인구사회학적 특성으로 언급되었다.

2. 회복탄력성

회복탄력성은 정신세계의 면역체계, 내적·외적 자원을 효과적으로 활용할 수 있는 능력(E. Waters & L. A. Sroufe, 1983), 역경을 성장의 경험으로 전환하고 앞으로 더 나아가는 능력(L. Polk, 1997) 등으로 다양하게 정의되고 있다(E. Hong, 2006). 즉, 회복탄력성은 개인이 갖는 스트레스와 소진을 예방하고 건강한 삶을 유지하는 방법에 대한 이해를 돕는 심리적 특성이다(J. Kim, 2011). 한편, 중년기는 직업으로부터 은퇴를 경험하게 되는 시기(T. Jung & K. Jeon, 2007)이고 노후준비로 새로운 변화가 일어나는 전환기로서 시기적 상황과 관련된 스트레스를 직면하게 된다(S. Han, 2015a). 또한 중년기는 스트레스의 부정적 영향을 감소시키고 성공적으로 적응할 수 있게 하는 회복탄력성의 중요성이 더욱 요구되는 시기라고 할 수 있다. 즉 자신이 처한 역경을 극복하고 성공적으로 적응하는 능력으로(J. Kim, 2011) 어떠한 현실이든 긍정적인 방식으로 받아들이는 습관을 가짐으로서 중년기의 회복탄력성은 향상될 수 있다. A. Masten and J. Coatsworth (1998)는 회복탄력성이 몇몇 사람들에게서만 나타나는 특수한 속성이 아니라 높은 스트레스 상황에 적응하는 과정에서 평범한 사람들이 발휘할 수 있는 보편적인 적응기제라고 하였다(K. Lee, 2012). 다시 말해서 회복탄력성이 높은 사람은 불안이나 우울에 취약하지 않고 긍정적인 정서를 나타내고, 타인에게 자신의 관심사를 적극적으로 표현하는 모습을 보인다는 것이다. 또한 자신의 욕구에 맞도록 환경을 변화시키고자 하며 스트레스 작용을 완충시킬 수 있는 다양한 환경의 자원을 활용한다고 볼 수 있다(K.

Yang, 2015). 그러므로 회복탄력성은 누구에게나 필요한 능력이며 업무 수행, 신체 건강 및 정신건강, 관계의 질에 영향을 미치는 행복과 성공의 기초 요소라고 언급하였다(R. Karen & S. Andrew, 2003). S. Han(2015b)의 연구에서 회복탄력성은 학력, 담당업무, 급여, 직급, 기업규모에 따른 차이가 나타났으며 직무만족과 일-삶의 균형에 영향을 미쳤다. 50대 백인 대상 연구에서 연봉, 고용상태가 용서와 탄력성에 영향을 미치는 것으로 나타났다(L. Broyles, 2005). 살펴 본 선행연구에 있어서 회복탄력성은 삶의 질에 영향을 미치고(B. Ha, E. Jung, & S. Choi, 2014; K. Yang, 2015) 회복탄력성이 높을수록 우울에 미치는 영향력은 낮아졌으며(S. Choi, 2015) 어려움을 극복하고 스트레스 상황 속에서 분노를 기능적으로 표현가능하고 있다(J. Lee, 2015).

선행연구의 고찰을 통하여 본 연구에서 회복탄력성은 어려움에 직면했을 때 이를 극복하여 건강한 삶을 유지하는 방법으로 정의하였고 한국형 회복탄력성 지수 척도에 기초하여 3가지 하위요인 자기조절력, 대인관계능력, 긍정성으로 분류하였다(J. Kim, 2011).

3. 은퇴태도

2026년 한국사회에서는 국민 5명 중 1명이 65세 이상이 되고 2050년에는 세계에서 고령인구비율이 첫번째로 높은 나라가 될 것이라고 전망하고 있다(Dong A News, 2015). 고령사회의 주요 구성원이 되는 베이비붐세대는 의학기술의 발달로 건강한 정신과 육체, 경제력을 갖춘 새로운 전환기의 신노년층으로 보고 있다(P. Irving, 2016). 이러한 고령화의 선물은 장수라고 강조한 바 있는데 최근 급속한 고령 사회로의 진입을 앞두고 준비가 되어 있지 않은 채 고령화를 맞이하는 것은 고독사, 노후과산 등 재앙으로 인식되고 있기도 하다. 따라서 은퇴에 대한 긍정적인 태도는 은퇴를 능동적으로 준비할 수 있도록 만들며(B. McPherson & N. Guppy, 1979), 은퇴 후 생활전망 인식에도 유익한 영향을 주는 것으로 나타났다(S. Choi, 1989). 또한 은퇴에 대한 긍정적인 태도, 그리고 노화과정에 대한 탄력적인 대처와 적응은 개방성과 관련이 있는데 개방성이 높은 사람일수록 변화에서 융통성 있는 정체감을 지니고, 노화에도 보다 쉽게 적응한다고 주장하고 있다(S. Whitebourne, 1986).

이와 같이 은퇴는 새로운 인생의 세계로 접어드는 발달 과업이 되므로 적응할 수 있는 정체감을 확립하고 이후의 삶을 준비할 수 있도록 해야 한다(H. Choi, M. Kim, M. Kim, & J. Lee, 2012). 그러므로 은퇴 이후에 자신의 사회적 역할을 정립하고 심리적 정체성을 확립하는 것은 이

전 시기와는 다른 새로운 삶을 시작할 수 있도록 동기를 부여하고 일을 통해 자신의 존재를 확인할 수 있게 해주어야 한다는 것으로서 이를 준비하기 위해서는 중년기가 적기라고 할 수 있다.

본 연구에서 은퇴태도는 S. Gee and J. Baillie(1999)의 척도를 중심으로 휴식으로의 전환, 새로운 출발, 계속, 강요된 좌절로 이해하고자 한다. 이는 구체적으로 살펴보면 첫째, 휴식으로 전환(Transition to Old Age)으로서 은퇴는 일의 부담에서 벗어나 한가로운 휴식과 즐거움을 가져다주는 시기로 받아들인다(S. Kang & S. Cho, 2013). 둘째, 새로운 출발(New Beginning)로서 은퇴 후의 삶을 도전적으로 기대하며 자신의 욕구와 목표에 따라 삶을 재창조하는 의미있는 노력과 새로움을 뜻하는 나를 위한 시간이라고 여기는 것이다(H. Kim, 2012). 셋째, 계속(Continuation)으로서 은퇴를 중요한 사건이나 변화로 보기보다는 보다 가치 있는 활동에 많은 시간을 투자하면서 삶의 기본 패턴을 지속할 수 있는 있다는 것이다(M. Bea, 2005). 넷째, 강요된 좌절(Imposed Disruption)로서 은퇴는 일정시점에 사회의 역할을 갑작스럽게 중단하고 삶을 시작하는 것으로 역할과 관계 등에 변화를 가져와 상실감, 우울감이 드는 시기로 이해하는 것이다(G. Shin, 2011).

중년기의 은퇴태도에 관한 연구에서 학력, 월소득, 사무관리직이 은퇴태도의 하위영역 삶의 휴식, 새로운 출발, 강요된 좌절에서 유의한 차이가 나타났다(B. Oh, 2012). 또 다른 연구에서는 연령, 월소득, 건강상태에서 차이가 있었고 은퇴 후의 삶이 새로운 출발이라는 인식을 지적하였다(G. Shin, 2011). 또한 은퇴태도 중 삶에 대한 새로운 출발이라는 공감정도가 가장 높게 나타났고 여성 보다 남성이 은퇴를 강요된 좌절로 인식하였으며 경제상태가 어려울수록, 건강상태 및 사회활동이 나쁠수록 은퇴를 두려움과 좌절로 인식하였다(J. Bae, 2014).

이상에서 살펴본 바와 같이 본 연구에서의 은퇴태도는 은퇴에 대하여 긍정적이며 은퇴 이후의 삶을 비교적 안정적으로 인식하는 것으로 정의하였고 휴식으로 전환, 새로운 출발, 계속, 강요된 좌절로 이해하고자 한다.

4. 의미있는 삶

의미있는 삶은 삶의 의미와 유사한 개념이지만 도덕적인 신념이나 내면화된 규범이 기준이 되는 것으로(L. Berkowitz, 1984; D. Capmbell, 1975), 즉, 자신의 인생에 대해 보다 더 성숙한 태도를 가질 것을 요구하며 공동체의 중요성을 강조하고 봉사와 공정함, 존중 등을 포함하는 자기초월적이라는 것을 알 수 있다. 이러한 의미있

는 삶은 삶의 의미보다 동기적 수준의 가치체계나 인지적 수준의 신념 등이 더 높게 작용할 수 있다(G. Reker & P. Wong, 1988). 따라서 의미있는 삶은 타인의 안녕에 관심을 가지고(E. Seo, M. Sung, & J. Kim, 2007) 삶의 활동에 적극적으로 참여함을 통해 누릴 수 있는 것(N. Cantor & C. A. Sanderson, 1999)으로서, 일상의 삶속에서 발견하거나 해석 또는 의미부여로 얻을 수 있는 삶의 의미와는 다른 차원으로 구성될 수 있음을 시사하고 있다(K. Jeon, 2010).

관련하여 중년기 남성은 공동체적 의식을 가지고 타인과의 관계 및 사회의 안녕, 가족을 위하여 헌신하는 타인이나 사회를 위한 삶을 자신의 성공이나 성취를 이상적인 삶으로 여기지 않는 반면, 보다 의미있는 삶으로 여기는(E. Seo, M. Sung, & J. Kim, 2007; P. Wong, 1998) 것으로 이해할 수 있다.

의미있는 삶의 개념은 K. Jeon(2010)이 중년을 대상으로 개발한 척도로서 우리사회에는 아직 익숙하지 않은 개념이라고 볼 수 있다. 이해를 돕기 위하여 살펴보면, 공동체 의식/나눔, 종교, 가족관계/역할, 자아실현으로 구성요인을 제시하고 있다. 첫째, 공동체 의식/나눔은 타인을 위한 봉사, 사회적 약자를 돌봄, 공동체를 위해 희생을 함, 타인들에게 내가 가진 것을 나누어 준다는 내용이다. 둘째, 종교는 신앙을 통해 삶의 방향을 잡고, 신앙을 통해 힘든 일을 극복하고 있다는 등의 내용을 포함하고 있다. 셋째, 가족관계/역할은 부모의 역할을 하는 것, 가족의 안녕감을 위해 헌신한다는 내용이다. 넷째, 자아실현은 다른 사람에게 의존하거나 희생하지 않고 자기 자신만을 위한 삶, 자기 자신을 드러내고 표현한다는 내용이다. 선행연구에 따르면 타인을 위한 자발적인 봉사를 실천하는 사람은 삶의 만족과 심리적 안녕에 영향을 미치고 있으며(S.

Choi, 2009; K. Joo, 2010) 종교 활동을 하는 사람은 생활만족도가 높았고 가족관계와 정신건강에도 영향을 미치는 것으로 나타났다(E. Shin & M. Kim, 2012). 이는 타인과 사회에 대한 기여에 힘쓰고 나눔을 실천함으로써 삶의 만족감을 높이고 종교 활동으로 심리적 건강, 가족 및 대인관계를 원활하게 하므로 의미있는 삶이라고 보고하고 있다.

지금까지 국내에서 이루어진 연구로는 고등학생(E. Park, 2011), 대학생(D. Kim, 2014; N. Lee, 2015)을 대상으로 삶의 의미, 진로 또는 심리적 안정감과 관련하여 연구가 되었으며, 노인(Y. Ahn, 2002; H. Kim, 2008)을 대상으로 한 경우는 자살생각이나 정신건강의 측면에서 이루어진 것이 있다. 본 연구에서는 기혼중년남성의 의미 있는 삶은 가족에 기반을 두며 타인과 사회의 기여를 통한 공동체 의식을 높여서 나눔을 실천할 수 있고 자신의 삶에 적극적으로 참여하는 삶으로 정의할 수 있다.

III. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 서울 및 경기지역에 거주 및 직업을 가지고 있으며 배우자와 자녀가 있는 기혼중년남성을 대상으로 유의표집하였다. 생활연령을 기준으로 한 기혼중년남성 40-60세를 대상으로 질문지에 직접 기입하는 방식을 사용하였다. 본 조사 이전에 중년 기혼남성 40-60세 20명을 대상으로 예비조사를 실시하여 변인별 측정도구의 문항을 수정·보완하여 질문지를 완성하였다. 연구대상의 인구사회학적 특성은 <Table 1>과 같다.

Table 1. General characteristics of sample

(N=476)

Variables	Category	Frequency(%)	Variables	Category	Frequency(%)
Age	40s	235(49.4)	Education	High school graduate or less	177(33.2)
	50s	241(50.6)		College level or higher	299(62.8)
Religion	No	231(48.5)	Marital status	Married	424(89.1)
	Yes	245(51.5)		Other	52(10.9)
Occupation	Professional	158(33.2)	Wife's employment	Household	216(45.4)
	Office workers	130(27.3)		Full-time job	154(32.4)
	Sale & Service	103(21.6)		Part-time job	106(22.3)
	Laborer or etc.	85(17.9)			
Monthly family income (10,000 won)	<300	201(42.2)	Subjective health condition	Good	104(21.8)
	300~400	128(26.9)		Not good	282(59.2)
	≥ 400	147(30.9)		Bad	90(18.9)
Total				476(100.0)	

연령은 전체 476명 중 40대 235명(49.4%), 50대 241명(50.6%)이며, 학력은 고졸이하 177명(37.2%), 대졸이상 299명(62.8%)으로 나타났다. 직업은 전문직 158명(33.2%), 사무직 130명(27.3%), 서비스생산직 103명(21.6%), 단순노무직 및 기타 85명(17.9%) 순으로 나타났는데, 한국고용직업분류에 따라 전문직의 경우에는 금융·교육·법률·보건 등의 관련 직종이 포함되었다. 종교는 종교 없음 231명(48.5%), 종교 있음 245명(51.5%)으로, 월소득은 300만원 미만 201명(42.2%), 400만원 이상 147명(30.9%), 300-400만원 미만 128명(26.9%) 순으로 나타났다. 배우자 취업여부에서 전업주부 216명(45.4%), 정규취업 154명(32.4%), 시간제 비정규취업 106명(22.3%) 순이었고, 결혼 상태는 초혼 424명(89.1%), 초혼 외 52명(10.9%)이었으며, 주관적인 건강상태는 좋음 282명(59.2%), 매우 좋음 104명(21.8%), 매우 좋지 않음 90명(18.9%) 순으로 나타났다.

2. 연구도구

1) 회복탄력성

회복탄력성은 중년기 대상으로 연구한 K. Lee(2012)의 도구를 사용하였다. 본 도구는 Reivich and Shatte(2003)가 개발한 '회복탄력성 검사 지수(RQT)'를 J. Kim(2011)이 한국의 상황에 맞게 수정 보완한 한국형 회복탄력성 척도이다. 이는 3개 하위영역인 자기조절력(18문항), 대인관계능력(18문항), 긍정성(17문항)의 총 53문항으로 구성되어 있고 '매우 그렇지 않다'(1점)에서 '매우 그렇다'(4점)까지 Likert형 4점 척도이며, 23개 문항은 역산하여 사용하였다. 회복탄력성 점수가 높을 경우 스트레스를 극복하고 건강한 삶을 유지하는 방법에 대한 이해가 높음으로 해석할 수 있다. 선행연구에서 신뢰도 Cronbach's $\alpha = .91$ 이며, 본 연구에서의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .84$ 로 나타났다. 하위요인별 신뢰도를 살펴보면 자기조절력 Cronbach's $\alpha = .63$, 대인관계능력 Cronbach's $\alpha = .60$, 긍정성 Cronbach's $\alpha = .67$ 로 나타났다.

2) 은퇴태도

본 도구는 J. Bae(2014)의 척도를 사용하였다. 이는 Hanson and Wapner(1994)의 은퇴기대(Retirement expectation inventory) 척도를 S. Gee and J. Baillie(1999)가 재구성한 것이다. 본 도구는 4개 하위영역으로서 휴식으로 전환(5문항), 새로운 출발(5문항), 계속(5문항), 강요된 좌절(5문항)의 총 20문항이며 '매우 그렇지 않다'(1점)에서 '매우 그렇다'(4점)까지 Likert형 4점 척도로 구성, 하위영역 중 강요된 좌절은 역산하였다. 점수가 높을 경우, 자신

의 은퇴 후 생활에 대하여 기대하는 주관적 반응으로서 은퇴태도에 대한 공감정도가 높다고 해석할 수 있다. 선행연구에서 신뢰도 Cronbach's $\alpha = .78$ 이며, 본 연구에서의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .78$ 로 나타났다. 하위요인별 신뢰도를 살펴보면 휴식으로의 전환 Cronbach's $\alpha = .74$, 새로운 출발 Cronbach's $\alpha = .87$, 계속 Cronbach's $\alpha = .63$, 강요된 좌절 Cronbach's $\alpha = .80$ 로 나타났다.

3) 의미있는 삶

의미있는 삶을 측정하기 위해 K. Jeon(2010)이 개발한 척도를 사용하였다. 본 도구는 4개 하위영역으로서 공동체의식/나눔(4문항), 종교(4문항), 가족관계/역할(5문항), 자아실현(4문항)의 총 18문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 '매우 그렇지 않다'(1점)에서 '매우 그렇다'(4점)까지 Likert형 4점 척도로 구성, 의미있는 삶의 점수가 높을 경우 타인과의 관계를 중요하게 여기며 자신의 삶에 적극적으로 참여함으로써 삶을 의미있게 지각하는 것으로 이해할 수 있다. 선행연구에서 각 하위영역별 신뢰도 Cronbach's $\alpha = .80 \sim .96$ 까지 높게 나타났으며, 본 연구에서의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .91$ 로 나타났다. 하위요인별 신뢰도를 살펴보면 공동체의식/나눔 Cronbach's $\alpha = .93$, 종교 Cronbach's $\alpha = .92$, 가족관계/역할 Cronbach's $\alpha = .85$, 자아실현 Cronbach's $\alpha = .81$ 로 나타났다.

3. 자료 수집 및 분석방법

자료 수집을 위해서 연구자가 직접 서울 및 경기 지역의 기업(대기업, 중소기업, 개인기업), 중등교육기관, 종교기관, 경찰서, 건설노동현장 등 다양한 직무환경의 종사자를 중심으로 직접 질문지를 배부와 수거, 우편과 메일을 활용하여 수집하였다. 질문지 배부시 해당 대상자에게 질문지 응답방법을 설명하고 질문지에 있는 대로 연구 참여에 대한 동의를 얻은 후 총 500부를 배부하였다. 487부(97%)를 수거하여 부실 기재한 11부를 제외한 476(95%)부의 자료를 최종 분석에 사용하였다.

본 연구에 수집된 자료는 SPSS 20.0 프로그램을 이용하여 첫째, 연구대상의 인구사회학적 특성, 기혼중년남성이 지각한 회복탄력성, 은퇴태도, 의미있는 삶의 경향을 알아보기 위해 빈도분석 및 기술통계를 사용, 연구도구의 내적합치도를 살펴보기 위하여 Cronbach의 alpha값을 산출하였다. 둘째, 인구사회학적 특성(연령, 학력, 직업, 종교, 월소득, 배우자 취업여부, 결혼 여부, 주관적 건강상태)에 따라 기혼중년남성이 지각한 회복탄력성, 은퇴태도, 의미있는 삶의 차이를 알아보기 위해 t-test와 분산분석(one-way

Table 2. Basic statistics of variables

(N=476)

	Categories	M	SD	Minimum value	Maximum value
Resilience	Self regulation	2.62	.29	2.06	3.83
	Personal relations	2.63	.28	1.89	3.72
	Affirmation	2.65	.26	1.76	3.94
	Total	2.63	.25	1.98	3.74
Retirement attitude	Transition to old age	2.54	.61	1.00	4.00
	New beginning	2.65	.67	1.00	4.00
	Continuation	2.59	.52	1.00	4.00
	Imposed disruption	2.95	.60	1.00	4.00
	Total	2.68	.36	1.30	3.95
Meaningful Life	Community sentiment / Share	2.47	.66	1.00	4.00
	Religion	2.21	.93	1.00	4.00
	Family relations / Role	3.09	.55	1.00	4.00
	Self-realization	2.94	.54	1.00	4.00
	Total	2.69	.50	1.00	4.00

Table 3. Differences in Resilience according to Characteristics of Subjects

(N=476)

Variable	Group	N	M	SD	T/F	Duncan
Age	40s	235	2.63	.24	-.855 (.39)	
	50s	241	2.64	.26		
	Total	476	2.63	.25		
Education	High school graduate or less	177	2.61	.25	-1.347 (.18)	
	College level or higher	299	2.65	.25		
	Total	476	2.63	.25		
Occupation	Professional	158	2.65	.23	2.60 (.051)	A
	Office workers	130	2.63	.24		AB
	Sale & Service	103	2.66	.27		A
	Laborer or etc.	85	2.57	.25		B
	Total	476	2.63	.25		
Religion	No	231	2.62	.27	-1.098 (.27)	
	Yes	245	2.65	.23		
	Total	476	2.63	.25		
Monthly family income (10,000 won)	<300	201	2.60	.23	4.53 [*] (.011)	B
	300~400	128	2.63	.26		AB
	≥400	147	2.68	.26		A
	Total	476	2.63	.25		
Wife's employment	Household	216	2.66	.25	3.81 [*] (.02)	A
	Full-time job	154	2.64	.26		B
	Part-time job	106	2.58	.21		B
	Total	476	2.63	.25		
Marital status	Married	424	2.63	.25	.888 (.38)	
	Other	52	2.60	.26		
	Total	476	2.63	.25		
Subjective health condition	Good	104	2.74	.29	14.01 ^{***} (.000)	A
	Not good	282	2.61	.23		B
	Bad	90	2.57	.23		B
	Total	476	2.63	.25		

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$, 사후검정(Duncan) : A>B>C

ANOVA)을 사용하였으며, 사후검정으로 Duncan's multiple range test를 실시하였다. 셋째, 변인들 간의 상관관계를 알아보기 위하여 Pearson의 상관관계분석을 실시하였

고, 연구대상의 인구사회학적 특성 및 기혼중년남성이 지각한 회복탄력성, 은퇴태도가 의미있는 삶에 미치는 상대적인 영향을 살펴보기 위하여 위계적 회귀분석을 실시하였다.

IV. 연구결과

1. 기혼중년남성이 지각한 회복탄력성, 은퇴태도, 의미있는 삶에 대한 경향

주요 변인들의 전반적인 경향은 <Table 2>와 같고 Likert 형 4점 척도를 기준으로 평균 및 표준편차를 이해할 수 있다. 우선, 기혼중년남성이 지각한 회복탄력성의 전반적인 경향은 전체 평균이 2.63(*SD*= .25)으로 하위영역에서는 긍정성의 평균이 2.65(*SD*= .26)로 전체 평균보다 높게 나타났으며, 대인관계능력 2.63(*SD*= .28), 자기조절력 2.62(*SD*= .29)의 순으로 나타났다. 다음으로, 기혼중년남성이 지각한 은퇴태도의 전반적인 경향은 전체 평균이 2.68(*SD*= .36)로 하위영역에서는 강요된 좌절의 평균이 2.95(*SD*= .60)로 다소 높았고, 새로운 출발 2.65(*SD*= .67), 계속 2.59(*SD*= .52), 휴식으로의 전환 2.54(*SD*= .61)순으로 나타났다. 은퇴태도 하위영역 중

강요된 좌절이 가장 높게 나타났고, 새로운 출발이 다음으로 높게 나타났다. 마지막으로, 기혼중년남성이 지각한 의미있는 삶의 전반적인 경향에 있어서 전체 평균은 2.69(*SD*= .50)로서 하위영역을 보면 가족관계/역할 3.09(*SD*= .55)로 가장 높게 나타났으며 자아실현 2.94(*SD*= .54), 공동체의식/나눔 2.47(*SD*= .66), 종교 2.21(*SD*= .93) 순이었다.

2. 인구사회학적 특성에 따라 기혼중년남성이 지각한 회복탄력성, 은퇴태도, 의미있는 삶의 차이

1) 인구사회학적 특성에 따라 기혼중년남성이 지각한 회복탄력성의 차이

기혼중년남성이 지각한 회복탄력성에 유의한 차이를 나타낸 인구사회학적 특성은 월소득($F=4.53, p<0.05$), 배우자 취업($F=3.81, p<0.05$), 주관적 건강상태($F=14.01, p<0.001$)로 나타났다(<Table 3>참조).

Table 4. Differences in Retirement attitude according to Characteristics of Subjects (N=476)

Variable	Group	N	M	SD	T/F	Duncan
Age	40s	235	2.74	.36	3.15** (.002)	
	50s	241	2.63	.36		
	Total	476				
Education	High school graduate or less	177	2.60	.37	-4.00*** (.000)	
	College level or higher	299	2.73	.35		
	Total	476				
Occupation	Professional	158	2.74	.34	8.06*** (.000)	A
	Office workers	130	2.72	.38		A
	Sale & Service	103	2.69	.34		A
	Laborer or etc.	85	2.52	.37		B
	Total	476	2.68	.36		
Religion	No	231	2.63	.38	-3.10** (.002)	
	Yes	245	2.73	.34		
	Total	476				
Monthly family income (10,000 won)	<300	201	2.65	.37	3.68* (.026)	B
	300~400	128	2.65	.35		B
	≥400	147	2.75	.37		A
	Total	476	2.68	.36		
Wife's employment	Household	216	2.67	.37	4.91** (.008)	B
	Full-time job	154	2.75	.37		A
	Part-time job	106	2.62	.34		B
	Total	476	2.68	.36		
Marital status	Married	424	2.68	.36	.84 (.404)	
	Other	52	2.64	.43		
	Total	476				
Subjective health condition	Good	104	2.74	.42	2.76 (.064)	A
	Not good	282	2.68	.35		AB
	Bad	90	2.62	.32		B
	Total	476	2.68	.36		

* $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$, 사후검정(Duncan) : A>B>C

사후검정에 의하면, 월소득에서 400만원 이상이며, 배우자취업에서는 배우자가 전업주부인 경우 회복탄력성이 높은 것으로 나타났다. 주관적 건강상태는 매우 좋음일 경우가 높은 반면 연령, 학력, 직업, 종교, 결혼여부는 통계적으로 유의미한 차이가 나타나지 않았다. 따라서 기혼중년남성의 경우 소득이 400만원 이상, 배우자가 전업주부이거나, 주관적 건강상태를 매우 좋다고 지각하는 경우 회복탄력성이 높은 것으로 나타났다.

2) 인구사회학적 특성에 따라 기혼중년남성이 지각한 은퇴태도의 차이

<Table 4>에서 알 수 있듯이, 기혼중년남성이 지각한 은퇴태도에 유의한 차이를 나타낸 인구사회학적 특성은 연령($T=3.15, p<0.01$), 학력($F=4.00, p<0.001$), 직업($F=8.06, p<0.001$), 종교($F=3.096, p<0.05$), 월 소득($F=3.68, p<0.05$), 배우자취업($F=4.91, p<0.05$)으로 나타났다.

사후검정에 의하면, 연령이 낮을 경우, 대졸 이상의 학력에서 은퇴태도가 더 높게 나타났고 직업에 있어서는 단

순 노무직 및 기타 보다 전문직·사무직·서비스생산판매 직군에서 은퇴태도가 높게 나타났다. 종교에서는 종교가 있고, 월 소득은 400만원 이상, 배우자취업에서는 배우자가 정규취업인 경우 은퇴태도가 높음을 알 수 있었다. 반면 결혼여부, 주관적 건강상태는 통계적으로 유의미한 차이가 나타나지 않았다. 따라서 기혼중년남성의 경우 연령은 낮고, 전문직·사무직·서비스생산판매직이며, 학력이 높고, 월 소득이 400만원 이상, 배우자가 정규취업을 한 경우 은퇴태도가 높은 것으로 나타났다.

3) 인구사회학적 특성에 따라 기혼중년남성이 지각한 의미있는 삶의 차이

기혼중년남성이 지각한 의미있는 삶에 유의한 차이를 나타낸 인구사회학적 특성은 학력($F=3.86, p<0.001$), 직업($F=5.89, p<0.05$), 종교($F=10.47, p<0.001$), 월소득($F=6.07, p<0.05$), 배우자취업($F=5.76, p<0.05$), 결혼여부($F=2.98, p<0.01$), 주관적 건강상태($F=34.66, p<0.001$)로 나타났다 (<Table 5>참조).

Table 5. Differences in Meaningful Life according to Characteristics of Subjects (N=476)

Variable	Group	N	M	SD	T/F	Duncan
Age	40th	235	2.67	.50	-99 (.32)	
	50th	241	2.71	.49		
	Total	476				
Education	High school graduate or less	177	2.58	.49	-3.86*** (.000)	
	College level or higher	299	2.75	.49		
	Total	476				
Occupation	Professional	158	2.73	.42	5.89** (.001)	A
	Office workers	130	2.72	.49		A
	Sale & Service	103	2.75	.56		A
	Laborer or etc.	85	2.49	.50		B
	Total	476	2.69	.50		
Religion	No	231	2.47	.40	-10.47*** (.000)	
	Yes	245	2.90	.49		
	Total	476				
Monthly family income (10,000 won)	<300	201	2.63	.50	6.07** (.003)	B
	300~400	128	2.64	.48		B
	≥ 400	147	2.81	.48		A
	Total	476		.50		
Wife's employment	Household	216	2.70	.49	5.76** (.003)	A
	Full-time job	154	2.76	.48		A
	Part-time job	106	2.55	.51		B
	Total	476	2.69	.50		
Marital status	Married	424	2.71	.49	2.98** (.003)	
	Other	52	2.50	.52		
	Total	476				
Subjective health condition	Good	104	2.97	.57	34.66*** (.000)	A
	Not good	282	2.67	.44		B
	Bad	90	2.42	.42		C
	Total	476	2.69	.50		

* $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$, 사후검정(Duncan) : A>B>C

사후검정에 의하면, 학력은 대졸 이상, 직업은 전문직·사무직·서비스생산판매직군인 경우, 종교는 종교 있음, 월소득은 400만원 이상에서 의미있는 삶의 인식이 높게 나타났다. 배우자취업에 있어서 배우자가 전업 주부이거나 정규취업일 경우에, 결혼여부는 초혼을 유지한 경우에, 주관적 건강상태는 매우 좋음으로 인식할 경우에 의미있는 삶으로 인식하고 있음을 알 수 있었다. 반면 연령은 통계적으로 유의미한 차이가 나타나지 않았다. 따라서 기혼중년남성의 경우 학력이 높고, 월소득이 400만원 이상, 배우자가 정규취업이거나 전업주부이며, 종교가 있고, 주관적 건강상태를 매우 좋음으로 인식하는 경우 의미있는 삶으로 지각하고 있는 것으로 나타났다.

3. 인구사회학적 특성 및 기혼중년남성이 지각한 회복탄력성, 은퇴태도가 의미있는 삶에 미치는 영향

기혼중년남성의 의미있는 삶에 미치는 독립변인들의 상대적인 영향력을 살펴보기 이전에 다중공선성 여부를 검증한 결과, 독립변인 간의 상관관계가 0.51미만으로 나타났다(<Table 6> 참조). 의미있는 삶은 회복탄력성의 하위영역 중 자기조절력($r=.36, p<.01$), 대인관계능력($r=.21, p<.01$), 긍정성($r=.48, p<.01$), 은퇴태도에 있어서는 휴식으로 전환($r=.29, p<.01$), 새로운 출발($r=.25, p<.05$), 계속

($r=.14, p<.01$), 강요된 좌절($r=.30, p<.01$)이 정적인 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 즉, 회복탄력성의 자기조절력, 대인관계능력, 긍정성이 높을 경우, 은퇴태도가 휴식으로 전환, 새로운 출발, 계속이 높고, 강요된 좌절이 낮을 경우 의미있는 삶으로 지각하는 것으로 이해할 수 있다. 한편 Durbin-Watson 값은 2.03으로 0과 4의 사이에 존재하였다. 공차한계 값은 .34에서 .97 사이로 .1보다 컸으며, 분산팽창인수 값은 1.02에서 3.00사이로 10미만으로 나타나 다중공선성의 문제는 발생하지 않는 것으로 판단하였다.

인구사회학적 특성, 기혼중년남성이 지각한 회복탄력성 및 은퇴태도가 의미있는 삶에 미치는 상대적인 영향력을 알아보기 위해 위계적 회귀분석을 실시한 결과는 <Table 7>과 같다. 상기의 선행연구 고찰을 참고하여 주요 변인들과 관련하여 전반적으로 의미있게 나타난 인구사회학적 특성을 포함하였고, 회복탄력성은 보편적 기제인 동시에 기혼중년남성의 발달단계에서 은퇴와 관련하여 볼 때 이에 앞서는 발달과업으로서 이를 반영하여 투입하였다.

Model 1에서 설명력은 34%이고 인구사회학적 특성 중 종교($\beta=.39, p<.001$), 배우자 취업(전업주부)($\beta=.11, p<.05$), 배우자 취업(정규취업)($\beta=.14, p<.01$), 결혼여부($\beta=.12, p<.01$), 주관적 건강상태($\beta=.29, p<.001$)가 의미있는 삶에 영향을 미치는 것으로 나타났다. Model 2에서는 회

Table 6. correlation of variables

(N=476)

변수	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1	1.00															
2	.005	1.00														
3	-.016	-.334**	1.00													
4	.092*	.062	-.043	1.00												
5	.007	.297**	-.336**	-.066	1.00											
6	-.044	-.093*	.125**	.009	-.133**	1.00										
7	-.018	-.065	-.016	-.037	.015	-.102*	1.00									
8	.044	.150**	-.123**	.075	.230**	-.084	-.039	1.00								
9	.015	.070	-.049	.053	.117*	-.115*	-.028	.183**	1.00							
10	.082	.010	-.045	.026	.062	-.073	-.008	.079	.727**	1.00						
11	.007	.088	-.127**	.057	.184**	-.140**	-.073	.321**	.706**	.701**	1.00					
12	.026	.090	-.084	.028	.126**	-.050	.006	.063	.222**	.260**	.286**	1.00				
13	-.222*	.193**	-.230**	.131**	.083	-.005	-.023	.028	.045	-.020	.137**	.161**	1.00			
14	-.022	.023	-.036	.051	-.044	.060	-.073	-.002	.011	.009	.099*	-.161**	.452**	1.00		
15	-.107*	.113*	-.096*	.123**	.086	-.062	-.026	.180**	.049	-.061	.175**	.097**	.301**	.034	1.00	
16	.046	.175**	-.135**	.431**	.143**	-.097*	-.136**	.364**	.359**	.214**	.484**	.290**	.252**	.137**	.295**	1.00

1.Age 2. Education 3. Occupation 4. Religion 5. Monthly family income(won) 6. Wife's employment 7. Marital status 8. Subjective health condition 9. Self Regulation 10. Personal Relations 11 Affirmation 12. Transition to Old Age 13. New Beginning 14. Continuation 15. Imposed Disruption 16. Meaningful Life.

복탄력성의 하위영역에서 긍정성($\beta=.35, p<.001$), 대인관계능력($\beta=.23, p<.001$), 자기조절력($\beta=.17, p<.01$)이, 은퇴태도의 하위영역에서는 휴식으로의 전환($\beta=.18, p<.001$), 계속($\beta=.09, p<.05$), 강요된 좌절($\beta=.10, p<.01$)이 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 회복탄력성 및 은퇴태도를 투입한 결과 53%의 설명력을 보였고 이는 Model 1보다 19%의 설명력을 더하였으며, $p<.001$ 수준에서 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다. 결과적으로 회복탄력성에서 긍정성, 대인관계능력, 자기조절력이, 은퇴태도에 있어서 휴식으로의 전환, 계속, 강요된 좌절 순으로 의미있는 삶을 예측하는 것으로 이해할 수 있다.

V. 논의 및 결론

본 연구는 기혼중년남성을 대상으로 회복탄력성, 은퇴태도가 의미있는 삶에 미치는 영향을 살펴본 연구로서 분석된 결과를 요약하고 논의하면 다음과 같다.

첫째, 본 연구결과에 있어서, 회복탄력성의 전반적인 경향은 하위영역별로 모두 중간보다 다소 높게 나타났다. 하위영역 중 '긍정성'이 다소 높게 나타났는데 이는 자신에 대한 긍정적인 생각과 삶에 대한 감사함을 느끼며, 다양한 변수가 있는 일상생활에서의 어려운 상황을 긍정적으로 해결하려는 마음가짐이 반영되는 것으로 이해될 수

Table 7. Factors Influencing Variables of Meaningful Life (N=476)

Categories	Model 1			Model 2			
	B	Se	β	B	Se	β	
Age(40th)	.001	.038	.001	.037	.034	.037	
Education(college graduates)	.049	.044	.047	.031	.038	.030	
Occupation(Professional)	.069	.061	.065	.011	.053	.010	
Occupation(Office workers)	.071	.064	.064	.027	.055	.024	
Occupation(Sale & Service)	.114	.063	.095	.046	.054	.038	
Demographic characteristics	Religion(Yes)	.390	.039	.394 ^{***}	.355	.033	.358 ^{***}
Monthly family income(3,000,000~4,000,000)		-.005	.049	-.004	-.017	.042	-.016
Monthly family income($\geq 4,000,000$)		.076	.049	.071	.016	.042	.015
Wife's employment(Household)		.110	.050	.111 [*]	.050	.043	.050
Wife's employment(Full-time job)		.144	.053	.136 ^{**}	.093	.046	.088
Marital status(Married)		.187	.061	.118 ^{**}	.127	.052	.080
Subjective health condition		.216	.029	.291 ^{***}	.121	.027	.162 ^{***}
Resilience	Self regulation				.320	.098	.168 ^{**}
	Personal relations				-.404	.096	-.227 ^{***}
	Affirmation				.600	.095	.350 ^{***}
Retirement attitude	Transition to old age				.147	.029	.180 ^{***}
	New beginning				.019	.031	.025
	Continuation				.090	.037	.093 [†]
	Imposed disruption				.082	.030	.099 ^{**}
	Constant		1.45			-.34	
	R ²		.34			.53	
	Adj. R ²		.32			.51	
	F		19.90			27.07	
	P		.000			.000	

^{*} $p<.05$, ^{**} $p<.01$, ^{***} $p<.001$

* Dependent variable: Meaningful Life

* Dummy variables

Age(Standard: 40th, Comparison: 50th)

Education(Standard: High school graduate or less, Comparison: College level or higher)

Occupation(Standard: Laborer or etc. Comparison: Professional, Office workers, Sale & Service)

Religion(Standard: No, Comparison: Yes)

Monthly family income (Standard: <3,000,000 won, Comparison: 3,000,000~4,000,000 won, $\geq 4,000,000$ won)

Wife's employment(Standard: Part-time job, Comparison: Household, Full-time Job)

Marital status(Standard: Other, Comparison: Married)

있다. 인구사회학적 특성에 따른 차이를 살펴본 결과 월소득이 높고, 주관적 건강상태를 매우 좋음으로 지각하고, 배우자가 전업주부인 경우에서 회복탄력성이 상대적으로 높게 나타났고 그 외 연령, 학력, 직업, 종교, 결혼 상태는 통계적으로 유의미한 차이를 나타내지 않았다. 관련 선행연구를 보면 S. Han(2015a)의 기혼중년남성 대상 연구에서는 연령, 학력, 직업에서 유의미한 차이가 나타났으나 결혼상태, 결혼기간에서는 차이가 나타나지 않았다. S. Kwon and S. Lee(2010)의 연구에서는 연령, 학력, 결혼여부에서 유의미한 차이가 나타났고, S. Han(2015b)은 학력, 담당업무, 급여, 직급, 기업 규모에 따른 차이가 나타났다. 본 연구결과와 비교해 볼 때 월소득, 결혼여부에서는 다른 선행연구와 유사한 결과를 보인 반면, 학력 등에 대해서는 상이한 결과가 나타났고, 배우자취업을 다룬 선행연구는 찾기가 어려웠다. 따라서 본 연구결과에서의 회복탄력성은 월소득이 높고, 주관적 건강상태가 매우 좋으며, 배우자가 전업주부인 경우 안정된 생활을 통해 긍정적인 정서를 보이고 스트레스를 잘 극복하며 건강한 삶을 위한 방법에 대한 이해가 높다는 것을 알 수 있다.

둘째, 은퇴태도의 전반적인 경향에 있어서, 기혼중년남성의 은퇴태도는 대체로 평균을 기준으로 비교적 높게 나타났고 구체적으로 강요된 좌절이 가장 높았으며 휴식으로의 전환이 가장 낮은 것으로 나타났으므로 기혼중년남성은 은퇴를 사회에서 강제적으로 물러나게 되었다고 느꼈던 과거와는 달리 사회활동에서 물러나 한가하게 보낸다고 인식하는 것으로 이해할 수 있다. 이는 J. Bae(2014)와 B. Oh(2012)의 연구에서 새로운 출발이 가장 높고 강요된 좌절이 낮게 나타났으므로 퇴직 이후의 삶에 대하여 새로운 출발로서의 의미에 가장 공감하고 긍정적인 태도를 보이는 것으로 지각한 결과와 유사하게 나타났다. 또한 연구대상의 인구사회학적 특성에 따른 은퇴태도의 차이에 있어서는 연령, 학력, 직업, 종교, 월소득, 배우자취업에서 유의미한 차이를 보였다. 연령은 50대 보다 40대에서, 대졸이상의 학력, 직업은 전문직·사무직·서비스 생산 판매직이며, 월소득이 400만원 이상, 배우자취업에서 정규취업인 경우가 비교적 은퇴태도에 대한 공감정도가 높은 것으로 이해할 수 있다. 본 연구결과는 J. Bae(2014)와 G. Shin(2011)의 연구에서 연령, 월소득에서 유의미한 차이가 나타났고 J. Park(2008)의 연구에서 결혼상태, 직업, 가족의 수입은 삶의 질에 유의미한 차이를 보였다는 결과와 유사한 맥락을 알 수 있다. 반면, 성별, 직종, 교육수준, 월소득, 건강상태가 유의미한 영향을 미치지 않는다고 지각한 M. Bea(2005)의 연구결과와는 상이한 것으로 나타났다. 따라서 본 연구결과에 있어서 은퇴태도는

연령이 낮고, 학력이 높으며 월소득이 많고 배우자가 정규취업인 경우, 새로운 삶의 의미를 찾는 부분을 위한 준비로서 이후의 생활에 대한 염려가 적어지고 은퇴에 대해 긍정적이면 며 은퇴 이후의 삶을 비교적 안정적으로 인식하는 은퇴태도의 공감정도가 높다는 것을 알 수 있다.

셋째, 의미있는 삶의 전반적인 경향에 있어서, 가족관계 및 자아실현 영역에서 평균보다 다소 높게 나타났다. 이는 기혼중년남성이 부모의 역할과 가족의 안녕을 위해 헌신하며 자기 자신만을 위한 삶으로 자신을 드러내고 표현하는 것으로 지각하고 있는 결과로서, 의미있는 삶으로 이해하고 있다고 볼 수 있다. 인구사회학적 특성에 따른 차이를 살펴보면 대졸이상, 종교 있음, 월소득이 400만원 이상, 주관적 건강상태가 매우 좋고, 전문직·사무직·서비스생산판매직군인 경우, 기혼중년남성은 의미있는 삶으로 지각하고 있음을 알 수 있다. 또한 배우자취업에 있어서 전업주부와 정규취업의 경우, 기혼중년남성은 의미있는 삶으로 지각하고 있었다. K. Jeon(2010)의 연구결과에서는 교육수준 및 경제수준이 높거나 객관적으로 좋은 조건을 가진 직업적 활동을 하는 것이 의미있는 삶에 영향을 미치지 않는다고 언급하고 있어서 후속연구를 통한 심층적 분석이 요구되는 바이다. 본 연구결과로 의미있는 삶은 기혼중년남성의 학력, 월소득, 직업, 배우자의 취업 및 주관적 건강수준이 의미있는 삶과 관련되어 있음을 알 수 있다.

넷째, 인구사회학적 특성, 기혼중년남성이 지각한 회복탄력성, 은퇴태도가 의미있는 삶에 미치는 상대적 영향관계를 살펴본 결과 회복탄력성, 은퇴태도의 변인을 투입한 2단계의 결과 19%의 설명력이 증가하여 53%의 설명력을 보였다. 또한, 의미있는 삶에 유의미한 영향을 미치는 변인들은 인구사회학적 특성에서는 종교가 있고, 주관적 건강상태가 좋을수록, 회복탄력성의 하위영역에서 긍정적일수록 대인관계능력이 좋을수록 자기조절력이 높을수록, 그리고 은퇴태도의 하위영역 중 휴식으로의 전환을 잘 할수록, 강요된 좌절을 적게 할수록, 은퇴를 계속으로 공감할수록 의미있는 삶으로 지각하고 있는 것으로 나타났다. 본 연구결과는 회복탄력성이 삶의 질에 대한 인식을 높이는 영향요인을 지각한 선행연구(S. Choi, 2015)와 같은 맥락으로 이해할 수 있다. 본 연구결과를 통하여 회복탄력성이 높을수록, 은퇴태도의 휴식으로의 전환, 계속이 높고 강요된 좌절에 대한 공감정도가 낮을수록, 기혼중년남성의 의미있는 삶이 높아짐을 시사하는 것으로 이해할 수 있다.

본 연구의 결과에 기초하여 기혼중년남성 대상으로 회복탄력성, 은퇴태도 및 의미있는 삶을 위한 방안을 포함

한 몇 가지 시사점은 다음과 같다.

첫째, 회복탄력성의 하위영역인 자기조절력, 대인관계능력, 긍정성이 높을수록 의미있는 삶이 높아지는 결과에 기초하여 기혼중년남성의 우울이나 스트레스를 완화시키므로서 회복탄력성을 향상시킬 수 있을 것이다. 이를 위하여 기혼중년남성 대상의 상담프로그램을 지적할 수 있으며 자발적인 참여를 도울 수 있는 유인책이 수반되어야 할 것으로 본다. 회복탄력성은 우울증과 불안의 증상을 완화시키는데 영향을 미치므로(A. Hiyoshi, R. Udumyan, W. Osika, E. Bihagen, K. Fall, & S. Montgomery, 2015) 정신건강치료를 통해 회복탄력성에 도움을 주어 간접적인 효과를 발휘할 수 있다고 지적(A. Burns, K. Anstey, & T. Windsor, 2011)하였고, 회복탄력성은 고정적인 능력이 아니며 이후 노력으로 향상될 수 있다고 언급하였다(Q. Gu & C. Day, 2013). 그러므로 기혼중년남성이 개인적으로 문제를 해결하기 보다는 상담이나 심리·정서적 교육 등을 통한 사회적 환경의 도움을 받게 하여 우울이나 스트레스를 낮추고 자기조절력, 대인관계능력을 향상함은 물론 긍정성을 가질 수 있는 기회를 확대할 수 있도록 돕는 것이다. 또한, 기혼중년남성 대상으로 개인적, 가족적, 사회적 특성에 따라서 개인상담, 집단상담, 가족상담, 기업상담, 심리검사 해석상담 등 다양한 형식으로 참여할 수 있는 방법이 강구되어야 한다. 욕구 및 매체활용에 따라서 세분화된 상담적 접근이 활발하게 전개되어 가고 있으므로 기혼중년남성 대상의 다양한 현장, 다양한 욕구, 다양한 특성이 고려된 상황에서의 구체적인 방법이나 기술을 훈련할 수 있는 기회가 제공되어야 할 필요가 있다.

둘째, 은퇴태도를 중심으로 볼 때 휴식으로의 전환 및 계속성이 높을수록, 강요된 좌절이 낮을수록 의미있는 삶으로 지각하게 되는 결과에 관심을 가질 필요가 있다. 기혼남성이 중년기에 은퇴 이후의 새로운 삶을 설계하고 자신의 사회적 역할을 재정립하며 이후의 삶을 위한 동기와의 의미를 부여할 수 있도록, 그리고 기혼중년남성으로 하여금 자신의 삶에 대한 책임의식과 준비를 강조하고 이를 실천할 수 있도록 돕는 제도적 뒷받침이 이루어져야 할 것이다. 은퇴에 대한 소극적인 태도로서 은퇴 후 삶을 변화와 상실로 느끼기보다는, 적극적인 태도로 바뀐 일상생활에서 여유로운 휴식시간으로 가치있게 생각할 수 있는 일상생활 속에서의 활동들을 수행하게 함으로서 의미 있는 삶을 지속함은 물론 그 수준을 높여갈 수 있도록 함이 중요할 것으로 본다. 예를 들어, 기혼중년남성을 대상으로 욕구나 표적목표를 조사하여 관련된 기존 전문직 은퇴자들과 연계한 네트워크를 구축, 은퇴자의 다양한 역량과 경험을 나누며 상호 욕구충족이나 필요한 가치를 재창

조하는 과정을 통해서 은퇴의 재사회화를 이루고 나아가 준비된 은퇴로서 긍정적인 사회분위기 조성으로 은퇴에 대한 공감을 높여가는데 기여할 수 있다. 이외에 봉사활동을 통해 자신의 가치를 알고 자아성장과 삶의 질을 향상시킬 수 있으며 더 나아가 심리적 안녕감을 높일 수 있다(L. Carstensen & C. Lockenhoff, 2003). 또한 여가 중심 라이프스타일이 삶의 만족도와 은퇴준비에도 영향을 미치고(S. Nam & M. Kim, 2014) 은퇴 후 여가생활이 생활만족도와 가족관계 만족도를 높이는 것(S. Kim, 2014)을 알 수 있다. 따라서 기혼남성의 중년기는 은퇴와 관련하여 은퇴 후 자유로운 일상의 계획과 준비와 관심을 가지므로 봉사, 여가활동 등 은퇴에 대한 주관적이며 긍정적인 인식변화를 위한 태도를 갖도록 하는 것이 다른 무엇보다 더 필요한 시기라고 할 수 있겠다.

셋째, 의미있는 삶의 하위영역 중 자아실현과 가족관계가 높게 나타난 결과를 통해 기혼중년남성을 대상으로 자아실현이나 가족관계를 향상시킬 수 있는 맞춤형 교육 및 양성평등정책의 실천적 기제가 마련되어야 한다. 기혼중년남성이 유대감 또는 친밀감을 증대시킬 수 있는 가족문화활동을 비롯한 가족교육을 쉽게 이용할 수 있는 기업, 직장 내 프로그램 마련 내지 지역사회의 건강가정지원센터를 비롯한 전문기관을 통하여 찾아가는 기혼남성 서비스 체계가 연계될 필요성을 지적할 수 있다. D. Rowen, W. Compton, and J. Rust(1995)는 결혼만족도와 자아실현과는 유의한 상관관계가 있으며, 중년기의 중요한 과업은 개인내적인 변화와 가족생활의 변화에 적응하고 부부관계를 새롭게 정립하는 것이라고 하였다(H. Jung, 2008). 이와 같이 가족과 함께하거나 가족 간 활동을 할 수 있는 기혼중년남성 대상의 특화된 맞춤형의 찾아가는 가족교육 서비스가 절실한 실정이라고 할 수 있다. 또한 양성평등기본법에서 매년 7월 1~7일은 남성과 여성의 조화로운 발전을 위한 양성평등주간으로 제정, 출산·육아 등 자녀양육에 관하여 모성 뿐만 아니라 부성의 권리를 보장하며 남성의 일·가정 양립을 위한 여건을 마련할 수 있도록 하고 있다(Ministry of Gender Equality and Family, 2016). 즉, 일·가정 양립 정책은 양성평등 정책의 일환으로 수행되고 있으며 현재 유연근무제 확대, 남성의 육아휴직제도, 정시퇴근제도, 아빠의 달 지정 등을 통해 남성의 삶의 질을 높이는데 초점을 맞추고 있다. 따라서 기혼중년남성이 개인의 위기의식, 가족과 사회에 대한 역할수행의 책임감을 홀로 감당하기 보다는 가족 및 지역공동체에서의 가족교육, 일·가정 양립정책을 통하여 인식의 전환은 물론 가족과 함께하므로 가족유대와 공유, 소통으로 안정된 가족생활을 기반으로 하는 건강한 자아 확립으로

의 실현을 조력할 수 있어야 할 것이다.

본 연구는 기혼중년남성 대상의 연구가 미흡하고 100세 시대의 도래 및 삶의 질의 중요성을 강조하고 있는 시점에서 이들의 회복탄력성 및 은퇴태도를 중심으로 의미 있는 삶에 관심을 가지고 이루어졌다. 특히 기혼중년남성의 의미있는 삶을 위한 방안마련에 활용될 수 있는 기초 자료를 제공할 수 있었음에 연구의 의의를 들 수 있겠다. 즉, 최근 들어 삶의 의미에 대한 연구는 비교적 이루어지고 있으나 맥락적으로 차이가 있는 의미있는 삶에 초점을 두었다는 점, 또한 중년에 대한 연구는 여성을 대상으로 한 경우가 대부분으로서 이러한 점들이 기존 연구와 구별된다고 할 수 있다. 본 연구의 제한점으로는 먼저, 본 연구와 같이 연구가 누적되지 않은 영역에 있어서 최적의 연구도구나 분석의 준거를 찾아서 논의하는데에는 한계가 있으므로 새롭게 부상하고 있는 욕구 또는 내용을 중심으로 지속적인 연구대상의 확보, 표준화된 연구도구의 개발을 지적할 수 있다. 그리고 회복탄력성 및 은퇴준비가 의미 있는 삶에 영향을 미치는 것으로 나타나 후속연구에서는 개인적 측면은 물론 사회적 측면을 설명하는 변인을 포함시키므로 기혼중년남성의 의미있는 삶을 위하여 다양한 측면을 고려할 수 있어야 할 것이다.

REFERENCES

- Ahn, J. S., & Jun. H. J. (2012). Gender differences in the effects of transitioning into retirement on mental health among the middle-Aged: Focusing on mediating effects of satisfaction in family relationship. *Korean Association of Family Relations, 17*(1), 65-85.
- Ahn, Y. M. (2002). *A study on the relationship among meaning of life, self-esteem and mental health of the elderly*. Unpublished doctoral dissertation. Ewha Womans University, Seoul, Korea.
- Bae, M. J. (2005). *The effect of individual, psychological and job-related variables on retirement expectations and preparations*. Unpublished doctoral dissertation. Kyungpook National University, Daegu, Korea.
- Bae, J. D. (2014). *A Study on the main causes of the understanding and retirement attitude on the aged life of the middle aged classes affecting the preparation for the retirement*. Unpublished doctoral dissertation. Hanyoung Theological University, Yeose, Korea.
- Bang, E. R. (2010). South Korea's middle-aged middle-aged men are meant to recognize the happiness and quality of life. *Korea Human Development Institute Conference Kit, 2010*(2), 37-60.
- Berkowitz, L. (1984). Some effects of thought on anti and prosocial influences of media events: A cognitive-neoassociation analysis. *Psychological Bulletin, 95*(3), 410-427.
- Broyles, Linda Cox. (2005). *Resilience: Its relationship to forgiveness in older adults*. Unpublished doctoral dissertation. The University of Tennessee.
- Burns, R. A., Anstey, K. J., & Windsor, T. D. (2011). Subjective well-being mediates the effects of resilience and mastery on depression and anxiety in a large community sample of young and middle-aged adults. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry, 45*(3), 240-248.
- Campbell, D. T. (1975). On the conflicts between biological and social evolution and between psychological and moral tradition. *American Psychologist, 30*(12), 1103-1126.
- Cantor, N., & Sanderson, C. A. (1999). Life task participation and well-being: The importance of taking part in daily life. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The Foundation of Hedonic Psychology*, (pp. 230-243). New York: Russell Sage Foundation.
- Carstensen, L. L., & Lockenhoff, C. E. (2003). Aging, emotion, and evolution: The bigger picture. *Annals of The New York Academy of Sciences, 1000*(2003), 152-179.
- Choi, H. J., Kim, M. J., Kim, M. J., & Lee, J. Y. (2012). A study on the retirement life span of Korean households. *The Korean Finance Association, 2012*(5), 2754-2774.
- Choi, J. Y., Kwak, K. J., & Chun, S. Y. (2012). The relationship between collectivism in middle aged male workers with both Job satisfaction and psychological well-Being. *The Korean Journal of The Human Development, 19*(2), 251-267.
- Choi, K. R. (2006). *Study on the crisis-consciousness of middle aged woman and its related variables*. Unpublished master's thesis. Chonnam National University, Gwangju, Korea.
- Choi, S. G. (2015). *A Study on the impact of resilience on the quality*. Unpublished doctoral dissertation. Hansei University, Kyunggi, Korea.
- Choi, S. H. (2009). *Regional children center worker's degree*

- of satisfaction and immersion into the organization seen through occupational characters.* Unpublished doctoral dissertation. Hanyoung Theological University, Seoul, Korea.
- Choi, S. J. (1989). Study on the recognition of the retirement plan's retirement of attitudes and post-retirement life of outlook. *Korean Journal of Social Welfare Studies*, 1(1), 47-65.
- Dong A News. (2015). 3850 Population of 2100 years ... *South korea is smaller.*
- Evaluation Review Agency of health insurance. (2014). *Research report.*
- Gee, S., & Baillie, J. (1999). Happily ever after? An exploration of retirement expectations. *Educational Gerontology*, 25(2), 109-128.
- Gu, Q., & Day, C. (2013). Challenges to teacher resilience. *Conditions Count*, 39(1), 22-44.
- Ha, B. Y., Jung, E. J., & Choi, S. Y. (2014). Effects of resilience, post-traumatic stress disorder on the quality of life in patients with breast cancer. *Korean Journal of Women Health Nursing*, 20(1), 83-91.
- Ha, J. H., & Kim, J. H. (2012). Development and validation of the korean middle-age female gender role conflict scale. *Korean Journal of Counseling*, 13(6), 2987-3007.
- Ha, T. H. (2012). *Development of the structural model of middle-aged men's subjective quality of life.* Unpublished master's thesis. Kungbuk University, Daegu, Korea.
- Han, S. U. (2015a). *Moderating effects of resilience between life stress and depression among married korean middle-age men.* Unpublished master's thesis. Kyungsoong University, Kyungnam, Korea.
- Han, S. W. (2015). *Affect middle-aged married life stress on depression in men are: the moderating effect of recovery resiliency and social support.* Unpublished master's thesis. Kungsoong University, Jinju, Korea.
- Han, S. Y. (2015b). *Resilience, work-life balance and job satisfaction.* Unpublished master's thesis. Korea University, Seoul, Korea.
- Hiyoshi, A., Udumyan, R., Osika, W., Bihagen, E., Fall, K., & Montgomery, S. (2015). Stress resilience in adolescence and subsequent antidepressant and anxiolytic medication in middle aged men: Swedish cohort study. *Social Science & Medicine*, 134(2015), 43-49.
- Hong, E. S. (2006). Conceptual understanding of resilience and instructional suggestion. *Korean Journal of Special Education*, 41(2), 45-67.
- Hong, R. K., & Lim, W. K. (2014). Effects of the work satisfaction and quality of life of the middle-aged workers on retirement preparation. *Journal of Digital Convergence*, 12(11), 33-48.
- Hornstein, G. A. & Wapner, S. (1985). Modes of experiencing and adapting to retirement. *International Journal and on Aging Human Development*, 21(4), 291-315.
- Irving, P. H. (2016). *The upside of aging: Upside of aging.* Seoul, Korea: Geuldam.
- Jeon, K. S. (2010). *Well-Being of middle-aged koreans: Development of scales related to happiness and meaning of life, and comparisons between groups.* Unpublished doctoral dissertation. Chungang University, Seoul, Korea.
- Jeong, E. Y., & Baek, E. Y. (2009). Causal effects on recognition and attitude towards retirement and retirement preparations. *Korean Social Security Studies*, 25(2), 115-139.
- Jo, K. A. (2012). *The relationship of healthy family-support center programs and the quality of life in middle women.* Unpublished master's thesis. Sookmyung University, Seoul, Korea.
- Joo, K. H. (2010). *Activity level of social participation and quality of life for the elderly.* Unpublished doctoral dissertation. Seoul University, Seoul, Korea.
- Joo, S. H., & Pauwels, V. W. (2002). Factor affecting workers retirement confidence: A gender perspective. *Financial Counseling and Planning*, 13(2), 1-10.
- Jung, H. S. (2008). The effects of self-esteem, internal control and stress on marital intimacy of middle-aged couple. *Korea Psychological Association*, 2008(1), 350-351.
- Jung, K. W. (2015). *A study on clothing purchasing behavior of the middle-aged men according to lifestyle and appearance management behavior.* Unpublished doctoral dissertation. Hanyang University, Seoul, Korea.
- Jung, T. Y., & Jeon, K. S. (2007). Evaluation of their own life by people in the middlehood. *The Korean Psychological Association*, 2007(6), 70-71.
- Kang, S. K., & Cho, S. S. (2013). A study on the effect

- of financial education and retirement attitudes of middle-aged on the recognition of the preparation for their old age. *Journal of Digital Convergence*, 14(5), 117-132.
- Kang, Y. H. (2016). Effects of family support and social support on life satisfaction of middle-aged men. *International Journal of Contents*, 16(2), 344-353.
- Kim, D. H. (2014). *The effects of the meaning in life self-awareness program for the university students*. Unpublished master's thesis. Kyungpook National University, Daegu, Korea.
- Kim, H. E. (2012). *The effect of the attitude towards the elderly people and the expectations of retirement on the preparation of retirement*. Unpublished master's thesis. Daegu Haany University, Gyeongbuk, Korea.
- Kim, H. J. (2008). *The study of relationship between meaning of life and suicide ideation: the mediating effects of perceived social support and avoidance coping style*. Unpublished master's thesis. Korea University, Seoul, Korea.
- Kim, J. H. (2011). *Resilience*. Goyang: Wisdomhouse.
- Kim, J. S. (2012). *The effects of psychodrama on the resilience of the middle-aged women*. Unpublished doctoral dissertation. Wonkwang University, Junbuk, Korea.
- Kim, J. Y. (2007). *Leisure satisfaction of middle-aged women, depression, quality of Life*. Unpublished master's thesis. Ewha University, Seoul.
- Kim, M. C. (1989). *Mid-life crisis and it's related variables*. Unpublished doctoral dissertation. Ewha Woman's University, Seoul, Korea.
- Kim, S. H. (2010). *The Relationship between unconditional self-acceptance, middle-aged men's gender role and mid-life crisis*. Unpublished master's thesis. Ewha Woman's University, Seoul, Korea.
- Kim, S. S. (2001). *A Study on influential factors underlying middle aged men's stress*. Unpublished master's thesis. Mokwon University, Daejeon, Korea.
- Kim, S. Y. (2014). *The effect of leisure activities on life satisfaction of korean retirees: the mediating effect of family relationship satisfaction*. Unpublished master's thesis. Yonsei University, Seoul, Korea.
- Kim, Y. H., Kim, J. H., & Park, J. Y. (2001). A Study about stressors that middle-aged men go through and coping behavior. *Korean Home Management Association Bimonthly*, 19(6), 157-172.
- Kim, Y. S. (2009). *The effects of the life meaning discovery group counseling on the life meaning of the middle-age women, social support, and self-efficacy*. Unpublished master's thesis. Kyungsung University, Busan, Korea.
- Kok, J. K., Goh, L. Y., & Gan, C. C. (2014). Meaningful life and happiness: Perspective from Malaysian youth. *The Social Science Journal*, 52(1), 69-77.
- Kwon, S. H., & Lee, S. Y. (2010). An analysis of kindergarten teachers' resilience. *The Journal of Korean Teacher Education*, 27(2), 137-157.
- Lee, E. A. (2007). The relationships between middle-aged men's family and work related variables and satisfaction. *Department of Human Ecology*, 16(3), 547-562.
- Lee, J. I., Kim, G. H., & Oh, S. H. (2003). Depression and life satisfaction of middle-aged man. *The Journal of Korean Academic Society of Adult Nursing*, 15(3), 422-431.
- Lee, J. M. (2015). *The influences of stress of middle-aged men on anger expression: the mediating effects of resilience*. Unpublished master's thesis. Dankook University, Seoul, Korea.
- Lee, K. E. (2012). *The influence of stress and resilience on psychological well-being in middle age*. Unpublished master's thesis. Sungsin Woman's University, Seoul, Korea.
- Lee, M. S. (2016). *Study on effectiveness of group counseling programs for increase of life quality of middle-aged women*. Unpublished master's thesis. Korea counseling Graduate University, Seoul, Korea.
- Lee, N. K. (2015). *The effect of career future of university students for meaning in life: Mediating effect of emotional factors and career decision-making of self-efficacy*. Unpublished doctoral dissertation. Hanseo University, Seosan, Korea.
- Lee, S. J. (2011). *A study on quality of middle-aged women's life of a midway and small city through the voluntary activities*. Unpublished master's thesis. Kungpook University, Daegu. Korea.
- Levinson, D. J., C. N. Darrow., E. B. Klein., M. H. Levinson., & B. Mckee. (1978). *The seasons of a man's life*. N.Y.: Knopf.
- Masten, A. S., & Coatsworth, J. D. (1998). The development of competence in favorable and unfavorable

- environments. *The American Psychologist*, 53(2), 205-220.
- Mcpherson, B., & Guppy, N. (1979). Pre-retirement life-style and the degree of planning for retirement. *Journal of Gerontology*, 34(2), 254-263.
- Ministry of Gender Equality and Family. (2016). *Gender equality basics law*. Retrieved from <http://www.mogef.go.kr>.
- Nam, K. I. (2005). *A study of influence of voluntary work of the middle aged-women on their quality of life*. Unpublished master's thesis. Myongji University, Seoul, Korea.
- Nam, S. H., & Kim, M. H. (2014). The influences of a leisure lifestyle, retirement preparation, and leisure activities with a spouse on the life satisfaction of baby boomers. *Journal of The Korea Gerontological Society*, 34(1), 183-203.
- Oh, B. C. (2012). *Male baby boomer employees' attitude towards retirement, preparation for later life, and intention of social activities in the old age*. Unpublished doctoral dissertation. Hoseo University, chungnam, Korea.
- Park, E. J. (2011). *The influences of meaning of life and career barriers of high school students on career attitude maturity*. Unpublished master's thesis. Daegu University, Gyeongsangbuk-do, Korea.
- Park, E. S. (2014). *Interpretative phenomenological study of aging in middle-aged men*. Unpublished doctoral dissertation. Ewha Woman's University, Seoul, Korea.
- Park, J. B. (2008). *A study on the effect of life quality on self-esteem and crisis for middle-aged men*. Unpublished master's thesis. Sangmyung University, Seoul, Korea.
- Park, K. H. (2004). *A Study on the correlation between the meaning of life and the mental health of middle-aged males of the korean society*. Unpublished master's thesis. Ewha Womans University, Seoul, Korea.
- Pease, Jacob Jerod. (2012). *On living a more meaningful life*. Virginia University, Virginia, America.
- Polk, L. V. (1997). Toward a middle-range theory of resilience. *Advances In Nursing Science*, 19(3), 1-13.
- Karen, R., & Andrew, S. (2003). *The resilience factor: 7 keys to finding your inner strength and overcoming life's hurdles*. New York: Three Rivers Press.
- Reker, G. T., Wong, P. T. P. (1988). Aging as an individual process: Toward a theory of personal meaning. In Birren, J. E., & Bengtson, V. L., *Emergent theories of aging* (pp. 214-246). New York: Springer Pub.
- Ross, C. E., Mirow, S. J., & Huber, J. (1983). Dividing work, sharing work, and in between: marriage patterns and depression. *American Sociological Review*, 48(6), 809-823.
- Rowen, D. G., Compton, W. C., & Rust, J. O. (1995). Self-actualization and empathy as predictors of marital satisfaction. *Psychol Rep*, 77(3), 1011-1016.
- Seo, E. G., Sung, M. S., & Kim, J. J. (2007). *Introduction to positive psychology*. Seoul: Pakhaksa.
- Shin, C. I. (2010). *A Study on the Possibility of christianity counselling over the depression of the unemployed middle-aged*. Unpublished doctoral dissertation. Keimyung University, Daegu, Korea.
- Shin, E. K., & Kim, M. J. (2012) South Korea middle-aged men religious activities and quality of life. *South Korea Religious Education*, 40(0), 149-177.
- Shin, G. S. (2011). *A Study on the effects of the occupation and activity nature of the middle-aged on retirement preparation*. Unpublished master's thesis. Chungnam University, Daejeon, Korea.
- Statistical Office. (2014). *Cause of death statistics 2014*. Retrieved from <http://www.kostat.go.kr>.
- Statistical Office. (2015). *2015 Social indicators in korea*. Retrieved from <http://www.kostat.go.kr>.
- Waters, E., & Sroufe, L. A. (1983). Social competence as developmental construct. *Developmental Review*, 3(1), 79-97.
- Werner, E. E., & Smith, R. S. (1982). *Vulnerable but invincible: A longitudinal study of resilient children and youth*. New York: McGraw-Hill.
- Whitebourne, S. K. (1986). Openness to experience., identity flexibility, and life change in adults. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(1), 163-168.
- Wong, P. T. P. (1998). Implicit theories of meaningful life and the development of the personal meaning profile. In Wong, P. T. P. & Fry, P. S. (Eds.). *The human quest for meaning: A handbook of psychological research and clinical applications* (pp. 111-140). Mahwah, US: Lawrence Erlbaum Associates Publish.
- Yang, K. M. (2015). The effect of depression, life stress and resilience on quality of life in middle aged women. *The Journal of Korean Academic Society of*

Home Care Nursing, 22(2), 300-309.

Yoon, J. (1995). Effect of psycho-social factors on life satisfaction after retirement. *Korea Gerontology*, 15(1), 141-158.

Yoon, N. R., Yang, E. J., & Jin, Y. M. (2012). TV drama in "flower middle-aged" character of fashion and hair style analysis. *Journal of Korean Beauty Art Society*, 6(4), 297-308.

Yu, S. H. (2011). *The roles of stress, emotion regulation, and meaning of life in depressive symptoms among middle-aged women*. Unpublished master's thesis. Chungbuk University, Chungju, Korea.

- Received: June 16. 2016
- Revised: August 21. 2016
- Accepted: August 25. 2016